Nutrición. Vegetales

Plantas comestibles

La lechuga, la zanahoria, la cebolla, el tomate y el rabanito son partes diferentes de distintas plantas. Así como lo leyeron: cuando comen una ensalada de tomates, lo que consumen es el fruto de la planta de tomate. ¿Lo sabían? En esta actividad averiguaremos qué parte de la planta consumen cuando comen algunos alimentos de origen vegetal.

Para realizar esta actividad deben conseguir:

- zanahoria, papa, remolacha, lechuga, rabanito, batata, espinaca, repollo, acelga, perejil;
- una serie de imágenes de:hojas, troncos y tallos, raíces y flores de distintas plantas (es necesario que tengan varias de las hojas, otras tantas de los troncos y tallos, etc.; una de cada una de las partes no es suficiente para realizar este trabajo);
- ilustraciones sobre plantas.

COMIENZA LA ACTIVIDAD

Trabajen en grupos de cuatro o cinco compañeros.

a. Pongan sobre la mesa todas las verduras y frutas que consiguieron. Obsérvenlas con atención y piensen a qué partes de las plantas se parecen.

b. Comparen las verduras y frutas que tienen sobre la mesa con todas las ilustraciones.

¿Hay entre estos alimentos algunos parecidos a las hojas? Si esto es así, ¿qué tienen en común con los de las imágenes?

¿Podrían decir si algunos de estos alimentos son raíces? ¿Por qué piensan que lo son? ¿En que se parecen?

c. Completen un cuadro como el siguiente a partir de lo que averiguaron.

Les brindamos una ayuda porque es difícil averiguar a qué partes de las plantas corresponden algunos de estos alimentos.

- La papa es un tallo subterráneo de la planta de papa.
- El rabanito también es el tallo subterráneo de la planta de rabanito.
- La batata es la raíz de la planta de batata.

d. Busquen en los libros de la escuela más información sobre este tema.

Alimento	Parte de la planta
Zanahoria	
Acelga	
Papa	
Repollo	
Remolacha	
Lechuga	
Rabanito	
Batata	
Espinaca	
Perejil	

Con este trabajo pudimos averiguar que:

- las personas consumen como alimentos muchas partes de plantas;
- las personas se alimentan de las hojas, raíces, tallos, etc., de distintas plantas.

